

LES RECETTES DE NOS CHEFS

FILETS DE PERCHES DU LÉMAN « COMME DES ANCHOIS »

Ingrédients (pour 4 personnes)

- 500 g de petits filets de perche du Léman 10-20 gr
- 250 g de gros sel gris de Noirmoutier
- 5 dl d'huile d'olive
- 1 feuille de laurier
- 1 branche de thym frais
- 1 branche de romarin
- 1 gousse d'ail
- 1 bouquet d'oseille rouge
- 1 bouquet de fleurs de bourrache
- 4 tomates multicolores (tomate ananas, noire de Crimée, green zebra)
- 2 laitues sucrine
- 50 g de champignons bruns de Paris
- 100 g d'artichauts poivrade
- 50 g de radis rouges ronds
- 50 g d olives taggiasche
- 0.5 dl de vieux vinaigre balsamique de Modène

Préparation:

Retirer la peau des filets de perche.

Dans une plaque gastro, étaler une pellicule de gros sel gris.

Déposer ensuite les filets de perche bien à plat sur le gros sel.

Puis recouvrir les filets de gros sel.

Laisser mariner pendant 15 minutes, puis rincer les filets sous un filament d'eau froide.

Égoutter les filets sur un torchon, puis les conditionner dans un bocal avec de l'huile d'olive, de l'ail, du thym et du laurier pendant 24 heures.

Avant le dressage, tourner les artichauts poivrade, monder et épépiner les tomates.

Dresser tous les éléments dans une assiette plate, assaisonner avec l'huile des perches et du vieux vinaigre balsamique.

